



شبكة المعلومات الجامعية  
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

# بسم الله الرحمن الرحيم



**HANAA ALY**



شبكة المعلومات الجامعية  
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



# شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



**HANAA ALY**



شبكة المعلومات الجامعية  
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

# جامعة عين شمس

## التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

### قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها  
علي هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغيرات



### يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيدا عن الغبار



**HANAA ALY**

**نمط التغذية وعلاقته بالقدرات المعرفية والسلوك الاجتماعي  
لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة  
(دراسة مقارنة)**

رسالة مقدمة من الطالبة  
رحاب مدبولي محمود نصار  
ليسانس آداب (وثائق ومكتبات) – كلية الدراسات الإنسانية – جامعة الأزهر – ١٩٩٩

**لاستكمال متطلبات الحصول علي درجة الماجستير  
في العلوم البيئية**

قسم العلوم الإنسانية البيئية  
معهد الدراسات والبحوث البيئية  
جامعة عين شمس

صفحة الموافقة على الرسالة  
**نمط التغذية وعلاقتها بالتدراس المعرفية والسلوك الاجتماعي  
لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة**

(دراسة مقارنة)

رسالة مقدمة من الطالبة

رحاب مدبولي محمود نصار

ليسانس آداب (وثائق ومكتبات) – كلية الدراسات الإنسانية – جامعة الأزهر – ١٩٩٩

لاستكمال متطلبات الحصول علي درجة الماجستير

في العلوم البيئية

قسم العلوم الإنسانية البيئية

وقد تمت مناقشة الرسالة والموافقة عليها:

اللجنة:

التوقيع

١ - د. / أسماء محمد محمود السرسى

أستاذ علم النفس – كلية الدراسات العليا للطفولة

جامعة عين شمس

٢ - د. / محمد عبد الرازق النواوي

أستاذ علوم الأغذية المتفرغ – كلية الزراعة

جامعة عين شمس

٣ - د. / حسين مصطفى كمال منصور

أستاذ ورئيس الهيئة القومية لسلامة الغذاء

عميد كلية الزراعة الأسبق – جامعة عين شمس

٤ - د. / فيوليت فؤاد إبراهيم

أستاذ الصحة النفسية – كلية التربية

جامعة عين شمس

**نمط التغذية وعلاقته بالقدرات المعرفية والسلوك الاجتماعي  
لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة  
(دراسة مقارنة)**

رسالة مقدمة من الطالبة  
رحاب مدبولي محمود نصار  
ليسانس آداب (وثائق ومكتبات) – كلية الدراسات الإنسانية – جامعة الأزهر – ١٩٩٩

لاستكمال متطلبات الحصول علي درجة الماجستير  
في العلوم البيئية  
قسم العلوم الإنسانية البيئية

تحت إشراف :-

١ - د.أ/فيوليت فؤاد إبراهيم

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية جامعة – عين شمس

٢ - د.أ/حسين مصطفى كمال منصور

أستاذ ورئيس الهيئة القومية لسلامة الغذاء

عميد كلية الزراعة الأسبق – جامعة عين شمس

٣ - د. /نهلة صلاح علي

مدرس علم النفس بقسم العلوم الإنسانية البيئية

معهد الدراسات والبحوث البيئية – جامعة عين شمس

ختم الإجازة :

أجيزت الرسالة بتاريخ / ٢٠٢١/

موافقة مجلس المعهد / ٢٠٢١/ موافقة مجلس الجامعة / ٢٠٢١/

٢٠٢١

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَمَا أُوتِيتُمْ مِّنَ الْعِلْمِ  
إِلَّا قَلِيلًا

صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيمُ

## إهداء

إلى أمي الحبيبة. . بارك الله في عمرها  
إلى من انحنى ظهره ليستقيم ظهري أبي الحبيب. . بارك الله في عمره  
إلى أخي إيهاب وأختي رباب. . حفظهما الله  
إلى مصابيح العائلة جنى، يوسف، يحيى، ياسين  
حفظهم الله جميعًا  
إلى جميع أفراد عائلتي الموقرين. . بارك الله فيهم جميعًا  
إلى أبنائي قرة عيني ونبض قلبي أحمد، سلمى، عمرو. . حفظهم الله  
إلى جميع أساتذتي الذين أفاضوا على بعلمهم في جميع مراحل عمري المختلفة. .  
جزاهم الله عني جميعًا خير الجزاء  
إلى زملائي في العمل وجميع أصدقائي. . أدامهم الله  
إلى مصرنا الحبيبة الغالية. . حفظها الله



## شكر وتقدير

الحمد لله الذي علم بالقلم، علم الإنسان ما لم يعلم، الحمد لله على ما أنعم به علي من فضله الخير الكثير والعلم الوفير وأعانني على إنجاز هذا العمل الذي أحتسبه عبادة من العبادات جعلها الله خالصة لوجهه تعالى.

وبعد حمد الله تعالى على إنهائي لهذا البحث أتقدم بخالص الشكر وعظيم الامتنان لأستاذتي الفاضلة **أ.د/ فيوليت فؤاد إبراهيم** - أستاذ الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة عين شمس لما أولتني به من رعاية وجهد وعلم ناصح وتوجيهات مثمرة كان لها عظيم الأثر في إتمام هذا البحث، فلم تبخل علي بعلمها الوافر، ولا بعبائها المستمر منذ أن كان البحث مجرد فكرة حتى أصبح له كيان، فلها مني جزيل الشكر والتقدير والاحترام وأسأل الله تعالى ان يجزيها عني خير الجزاء.

كما أتقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير إلى أستاذتي الفاضلة **أ.د/ حسين مصطفى كمال** رئيس الهيئة القومية لسلامة الغذاء - عميد كلية زراعة الأسبق - جامعة عين شمس على ما قدمه لي من علم نافع وعطاء متميز وإرشاد مستمر، وعلى ما بذله من جهد متواصل ونصح وتوجيه له عظيم الأثر في إتمام هذا البحث، فلم يبخل علي بعلمه الواسع من بداية مرحلة البحث حتى إتمام هذا البحث، فله مني جزيل الشكر والتقدير والاحترام وجزاه الله عني خير الجزاء.

كما يسرني أن أتقدم بالشكر الجزيل والعرفان بالجميل إلى **د/ نهلة صلاح علي** مدرس علم النفس - معهد الدراسات والبحوث البيئية - جامعة عين شمس لما قدمته لي من رعاية ودعم ومساندة وجهد مستمرين وعلم ناصح وتوجيهات مثمرة كان لها عظيم الأثر في إتمام هذا البحث، فلم تبخل علي بعلمها الفياض، ولا بعبائها المستمر منذ أن كان البحث مجرد فكرة حتى أصبح له كيان، فلها مني كل الشكر والتقدير والاحترام ومهما كتبت من عبارات وجمل فإن كلمات الشكر تظل عاجزة عن إيفاء حقهم، فجزاهم الله عني خير الجزاء.

كما ويُسرفني ان اتوجه بخالص شكري وتقديري للأستاذة الفاضلة **أ.د/ أسماء محمد محمود** أستاذ علم النفس - كلية الدراسات العليا للطفولة - جامعة عين شمس التي شرفتني بموافقته على مناقشة هذه الرسالة والمساهمة في دعمها وخروجها إلى النور، فشكراً جزيلاً لها، فهي أستاذة فاضلة يشهد لها الجميع بسمو أخلاقها وسعة العلم، فلها مني كل الشكر والاحترام.

كما أتوجه بالشكر والتقدير إلى الأستاذ الفاضل **أ.د/ محمد عبد الرازق النواوي** – أستاذ بقسم علوم الأغذية – كلية الزراعة – جامعة عين شمس على تفضله بقبول مناقشة هذه الرسالة ودعمها علمياً، فهو أستاذ فاضل مشهود له بسعة العلم وجدية العمل، فله مني كل الشكر والتقدير.

ويقتضي مني الوفاء والعرفان بالجميل أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير لكل أفراد أسرتي على ما قدموه لي من رعاية واهتمام فقد تحملوا معي الكثير وقد دفعني تشجيعهم إلى السعي نحو إنجاز هذا العمل بالشكل الأمثل فأسأل الله أن يجزيهم عني خير الجزاء.

والشكر موصول إلى **والدي العزيزين** اللذين غرسا في حب العلم من الصغر، وقدما لي كل غالي ونفيس، وكان لهما الفضل بعد الله فيما وصلت إليه الآن فلا أملك إلا الدعاء لهما بطول العمر وحسن العمل وبلوغ الجنان.

وأتقدم بالشكر لكل من مد لي يد العون أو أسدى لي معروفاً أو قدم لي نصيحة أو كانت له إسهامه صغيرة أو كبيرة في إنجاز هذا العمل فله مني خالص الشكر والتقدير.

والحمد لله رب العالمين أولاً وآخراً، ظاهراً وباطناً، عدد خلقه ورضا نفسه وزنة عرشه ومداد كلماته، والصلاة والسلام على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

## **الباحثة**

## المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن نمط التغذية وعلاقته بالقدرات المعرفية والسلوك الاجتماعي لدى طفل مرحلة الطفولة المبكرة من (٣ - ٦) سنوات، قد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي السببي المقارن، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٥٠) طفل وطفلة من مرحلة الطفولة المبكرة في المرحلة العمرية (٣-٦) سنوات مقسمين إلى (٧٥) طفل وطفلة من مرحلة رياض الأطفال مدرسة حكومية، و(٧٥) طفل وطفلة من مرحلة رياض الأطفال من مدرستين خاصة، وقد استعانت الباحثة ببعض الأدوات التي تضمنت استمارة البيانات الأولية للطفل، استمارة نمط التغذية، استمارة المقاييس الجسمانية للطفل من (٣-٦) سنوات، مقياس القدرات المعرفية ويشتمل على (مقياس الانتباه للطفل)، (اختبار الإدراك للطفل)، مقياس السلوك الاجتماعي ويشتمل على (العلاقات الشخصية للطفل)، (التواصل الاجتماعي)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن تعليم الآباء والأمهات له تأثير دال على درجة المتغيرات التابعة الأربعة المدروسة (الانتباه والإدراك والعلاقات الشخصية والتواصل الاجتماعي) للطفل، كما اتضح عدم وجود فروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث لجميع الصفات الأربعة المدروسة (الانتباه - الإدراك - العلاقات الشخصية - التواصل الاجتماعي) لدى الأطفال بينما أظهرت النتائج وجود تأثير كبير للبروتينات في درجة انتباه الأطفال في هذه المرحلة العمرية لعينة الدراسة.

### الكلمات المفتاحية:

التغذية Nutrition، القدرات المعرفية Cognitive abilities، السلوك الاجتماعي Social behavior، الطفولة المبكرة Childhood.

## ملخص الدراسة

### مقدمة:

مما لا شك فيه أن مرحلة الطفولة المبكرة من أهم مراحل العمر، التي تتكون فيها العادات التي تلازم الفرد طوال حياته. فمعظم مشاكل التغذية ترجع إلى الأنماط السلوكية الغذائية الخاطئة التي تؤدي بدورها إلى الافتقار للعادات الغذائية الصحيحة، ويتطلب ذلك توجيه مزيداً من الاهتمام بالصحة الغذائية الذي يتضمن تعديل الممارسات الغذائية.

يعد الغذاء من أهم العناصر الأساسية اللازمة لديمومة الحياة واستمرارها، والتغذية الجيدة المتوازنة يحتاج إليها كل الأفراد الأصحاء منهم والمرضى، والأغنياء منهم والفقراء، والصغار والكبار على حد سواء حيث أن الغذاء يلعب دوراً كبيراً وهاماً في حياة الإنسان لأنه يساعده على النمو والتغذية السليمة تجنبه التعرض للأمراض بأنواعها.

تعد مرحلة الطفولة المبكرة من المراحل الهامة جداً والحاسمة في صحة الطفل المستقبلية، وذلك لأنها الفترة التي يتم فيها وضع البذور الأولى للصحة الجيدة التي تتبلور ملامحها، وتظهر في مستقبل حياة الطفل، كما أنها تتأثر بالسلوك والمعارف والثقافة الغذائية التي يكتسبها الطفل من خلال تفاعله مع الأسرة والروضة والمجتمع.

تعتبر التغذية من الموضوعات الهامة بالنسبة للأطفال الأصحاء منهم والمرضى فالغذاء ضروري للسلامة العضوية والعقلية والتوافق الاجتماعي فالغذاء الجيد مهم لنمو الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة.

### مشكلة الدراسة:

من أولى الأسباب التي دفعت الباحثة إلى اختيار الموضوع هو إدراكها كأم مدى ضرورة الاهتمام بصحة الأبناء الجسدية، والصحية، والنفسية من أجل نمو سليم في شتى المراحل العمرية ومدى انعكاس هذا النمو على المردود العلمي والعملية للأبناء.

كما تشير الدراسات إلى مدى اهتمام الباحثين في مجال الصحة والتربية الغذائية للأطفال لإدراكهم مدى انعكاسه على الفرد نفسه، وعلى الأسرة، وعلى المجتمع ككل.

كذلك عدم إدراك الآباء مدى أهمية التوازن الغذائي من أجل النمو الصحيح والحفاظ على الصحة ومدى علاقتها بالقدرات المعرفية والسلوك الاجتماعي للأبناء.

كما أن سوء التربية الغذائية للأبناء وذلك بسبب الأنماط الغذائية السيئة، والتي يكتسبها الأبناء من الآباء والأمهات كالأكل فى أوقات غير منتظمة، أو عدم الأكل سوية، وترك الطفل يأكل بمفرده دون رقابة، وتناول بعض الأغذية التي تخلو من بعض العناصر الغذائية كالاغتماد على الأكل السريع والمقليات والاستغناء عن الخضروات والفواكه، وتفضيل المشروبات الغازية والعصائر المصنعة بدلاً من الماء.

كما أن شكوى الأمهات من عادات فى التغذية أعتاد الطفل عليها، ولا يجدن حل لها وتعتبر التغذية الصحية من أهم العوامل المؤثرة على نمو الإنسان ونشاطه.

كما أن الأنماط الغذائية الصحيحة السليمة لها تأثير إيجابى على الحالة الغذائية وما يترتب عليه من تنمية القدرات المعرفية لأطفال مرحلة الطفولة المبكرة، ومدى تأثير التغذية السليمة على السلوك الاجتماعى لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة، ونظرًا لندرة الدراسات التى تناولت أنماط التغذية وعلاقتها بالقدرات المعرفية والسلوك الاجتماعى لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة، يعتبر نمط التغذية الخاطئ من أهم المشكلات المنتشرة فى الدول النامية، فهى تهدد الأفراد والجماعات بأمراض النقص الغذائى، وقد تصل إلى وفاة طفل من كل ثلاث أطفال تحت سن الخامسة وتشمل الدول النامية معظم الدول التى تقع فى المناطق المدارية فى قارات أفريقيا وآسيا وأمريكا اللاتينية حيث تنتشر فى مناطق عديدة من هذه القارات مشاكل تتعلق بنمط التغذية الناجم عن نقص الغذاء وعدم توازنه، كما تتميز هذه الدول بالزيادة المطردة فى تعداد السكان وانتشار العدى والمشاكل الصحية الناجمة عن عدم توازن عناصر الغذاء والبيئة غير الصحية وبالتالي تتفاقم المشكلة، حيث يمكن التكهن أن الزيادة المطلوبة من الغذاء قد تصل إلى ضعف الإنتاج الحالى للغذاء.

### **وفى ضوء ما سبق تسعى الدراسة الحالية للإجابة على السؤال الرئيسى الآتى:**

إلى أى مدى يؤثر نمط التغذية على العلاقات الشخصية والسلوك الاجتماعى لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة من ( ٣ - ٦ ) سنوات؟

### **أهداف الدراسة:**

### **هدفت الدراسة الحالية إلى:**

- الكشف عن العلاقة بين نمط التغذية والقدرات المعرفية والسلوك الاجتماعى لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة ( ٣ - ٦ ) سنوات.

## **أهمية الدراسة:**

تكمن أهمية الدراسة الحالية فى التالى:

## **الأهمية النظرية:**

١. إلقاء الضوء على أنماط التغذية الصحية وعلاقتها بالقدرات المعرفية والسلوك الإجتماعى لدى أطفال الطفولة المبكرة.
٢. التعرف على القدرات المعرفية لدى طفل مرحلة الطفولة المبكرة.
٣. الكشف عن علاقة التغذية بالسلوك الاجتماعى لطفل مرحلة الطفولة المبكرة.

## **الأهمية التطبيقية:**

١. نشر فكرة الغذاء الجيد والسليم البناء لأطفالنا.
٢. توعية القائمين على تربية ورعاية الأطفال بضرورة الاهتمام بتغذيتهم تغذية سليمة.
٣. رفع وعى امهات أطفال مرحلة الطفولة المبكرة ببعض العادات الغذائية السليمة.
٤. توجيه نظر معلمات الروضة للاهتمام بالأنشطة والبرامج التى تنمى وترفع الوعى التغذوى للأطفال.
٥. توجيه سلوك الأمهات لتحقيق التكامل المطلوب فى نمو أطفالهم.
٦. وضع رؤية مستقبلية لنمط الغذاء السليم لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة.

## **محددات الدراسة:**

تتحدد الدراسة الحالية فى ضوء الموضوع، المنهج المستخدم، عينة الدراسة، أدوات الدراسة، الإسلوب الإحصائى المستخدم.

## **أولاً: منهم الدراسة:**

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفى السببى المقارن لمناسبتها لموضوع الدراسة وهو الكشف عن العلاقة بين نمط التغذية والقدرات المعرفية والسلوك الاجتماعى لدى أطفال مرحلة الطفولة المبكرة.

## **ثانياً: عينة الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة الكلية من (١٥٠) طفل وطفلة من مرحلة الطفولة المبكرة فى المرحلة العمرية من (٣-٦) سنوات، مقسمين إلى مجموعتين حيث: الأولى مدرسة "حكومية" وتضم (٧٥)

طفل وطفلة من مرحلة رياض الأطفال من مدرسة منية السيرج الابتدائية، والثانية من مدرستين "خاصة" وتضم (٧٥) طفلة وطفل من مرحلة رياض الأطفال من مدرسة الكرمليت الخاصة بنات ومرحلة رياض الاطفال من مدرسة سان بول الخاصة بنين.

### **ثالثاً: أدوات الدراسة:**

١. استمارة البيانات الأوليه للطفل.
٢. استمارة نمط التغذية.
٣. استمارة المقاييس الجسميه للطفل من (٣-٦) سنوات.
٤. مقياس القدرات المعرفية.
٥. مقياس السلوك الاجتماعي.

### **رابعاً: الأساليب الإحصائية:**

استخدمت الأساليب الإحصائية المناسبة في ضوء طبيعة الدراسة ومتغيرات الدراسة سواء المستقلة أو التابعة وحجم العينة كما يلي:

١. تحليل التباين.
٢. تحليل الانحدار المتعدد.
٣. معامل ألفا كرونباخ.

### **خامساً: نتائج الدراسة:**

١. أسفرت نتائج الدراسة إلى ان لدرجة تعليم الآباء والأمهات تأثير دال على درجة المتغيرات التابعة الأربعة المدروسة (الانتباه والإدراك والعلاقات الشخصية والتواصل الاجتماعي) للطفل.
٢. كما اوضحت نتائج الدراسة ان لوجود الاخوة تأثير دال على درجة العلاقات الشخصية والتواصل الاجتماعي للطفل، في حين لم يتضح تأثير دال لكل من النوع وعمر الطفل علي الصفات الأربعة المدروسة لدى الأطفال.
٣. كما أظهرت النتائج وجود تأثير للبروتينات والكربوهيدرات على درجة الانتباه والعلاقات الشخصية لدى الأطفال الذين تناولوا كمية من البروتينات أكثر من احتياجاتهم الأسبوعية